

# TOP Sante

LE N°1 DES MAGAZINES SANTÉ\*

DOSSIER MÉDECINE

## STOP AU MAL DE DOS

Les nouvelles solutions antidouleur

5 conseils POUR ÉVITER LES MIGRAINES

DOSSIER SANTÉ

Dès 30 ans ON BOOSTE SON CAPITAL JEUNESSE !

7 JOURS anti-âge

+ VOS RENDEZ-VOUS

Le cahier médecine  
8 pages de Questions/Réponses  
Médecines douces

PHÉNOMÈNE !

Le régime 2 jours sur 7 ça marche ?

PROGRÈS

Bientôt on n'entendra plus parler d'otites chroniques !

● Brûle-graisse ● Anti-grignotage ● Déstockage...

# 60 réflexes minceur

Notre sélection des plus efficaces!

Vitamine D, calcium, magnésium, fer  
ON ÉVITE LES CARENCES

LES PETITS SOINS APRÈS-SOLEIL POUR UNE PEAU TOP !

www.topsante.com

\*DIFFUSION INDIVIDUELLE / DSH 2011-2012

DOM: 4,70 € - BEL: 2,90 € - CH: 5,40 FS - CAN: 4,50 \$CAN - ESP: 3,50 €  
GB: 2,95 £ - GR: 3,30 € - ITA: 3,70 € - LUX: 2,90 € - MAR: 30 DH  
TOM S: 600 CFP - TOM A: 1150 CFP - PORT. CONT: 3,30 € - TUN: 5,5 DTU

L 16407 - 275 S - F: 6,75 € - RD





SOINS/BEAUTÉ  
**NOUVEAUTÉS**

► FOCUS ESTHÉTIQUE

**DU FROTOX**  
contre les rides, brrr!

Après le Botox®, voici le Frotox! Venue des États-Unis, cette nouvelle méthode anti-âge efface les rides horizontales du front en utilisant une température de -80 °C. À l'aide d'un gros stylo high-tech qui génère du froid, le médecin va piquer les nerfs et les « endormir » pendant environ quatre mois. Si les rides sont lissées immédiatement, les effets secondaires sont possibles: mi-

graines, bleus, nerf facial congelé... Le produit, commercialisé sous le nom d'Iovera®, a obtenu le marquage CE en début d'année et se veut une alternative à la toxine botulique (Botox®). Mais, pour les dermatologues et médecins esthétiques français, « les études sur un nombre suffisant de personnes manquent pour juger de cette technique ». Mieux vaut donc s'abstenir pour l'instant...

**80%**

des produits cosmétiques pour hommes sont achetés par des femmes! Qui a dit qu'ils n'aimaient pas qu'on s'occupe d'eux?

Source: Euromonitor France (2010).



**ON AIME!**

**DES SENTEURS FLEUR & FRUIT**

Jasmin & bergamote, magnolia & mûre, thé vert & bigarade, vanille & narcisses... La parfumeuse Karine Dubreuil a créé quatre eaux de toilette au charme fou. Des senteurs d'ici et d'ailleurs grâce au choix de belles matières allant toujours par deux: mûre du sud de la France, bigarade de Tunisie, thé vert du Japon, magnolia d'Extrême-Orient... La Collection de Grasse, L'Occitane, 55 € les 75 ml.



**Une belle peau grâce au concombre**

Pas toujours très pratique d'appliquer des rondelles de concombre sur son visage! Heureusement ses bienfaits se trouvent concentrés dans ces soins cosméto.

E. AUDRAS/PHOTONONSTOP - DR. SHUTTERSTOCK

**TONIFIANT**

Associé à l'eau de bleuet, ce soin pour le contour des yeux tonifie la peau tout en estompant les cernes et les poches. Contour yeux défatigant, Floressance par nature, 9,75 € les 15 ml.



**RAFRAÎCHISSANT**

À base d'aloë vera et de concombre aux vertus hydratantes et adoucissantes, ce tonique laisse le teint reposé. À appliquer après le nettoyage ou le démaquillage. Tonique pure fraîcheur, Delarom, 18,90 € les 200 ml.



**NOURRISSANTE**

Cette huile peut s'utiliser comme soin anti-âge et en cas d'acné grâce à ses vertus régénérantes et séborégulatrices. Huile végétale de pépins de concombre, Aroma-Zone, 4,50 € les 30 ml.



**NOS QUESTIONS À...**

**Mathilde Thomas**  
créatrice de Caudalie

**Un fluide teinté pour le corps**

**Quelle est l'originalité de ce produit?**

Sans autobronzant, Jambes divines permet d'obtenir un bronzage en une minute. Il habille la peau d'un joli hâle ultranaturel, doré et satiné et donne l'illusion d'être revenue d'un week-end ensoleillé. De plus, sa teinte modulable et sans transfert colore, hydrate, lisse et satine les jambes. Facile à appliquer, il ne crée pas de démarcation et s'élimine à l'eau.

**Quels en sont les ingrédients?**

Sa formule est naturelle à 92,8 % (sans parabens, ni phénoxyéthanol, phtalates, huiles minérales ou sodium laureth sulfate). Elle contient un extrait de racine de chicorée, qui teinte la peau en lui donnant un hâle semblable à du bronzage naturel. Et également un extrait de caroubier préparateur, activateur et prolongateur de bronzage. Sans oublier de l'huile de raisin nutritive et de l'extrait de colza hydratant. Des nacres ambrées et cuivrées illuminent la peau.



Jambes divines fluide teinté corps, Caudalie, 24,50 € les 100 ml.